



با اشتباهات رایجی که در مسیر تربیت کودک ممکن است اتفاق بیفتد، آشنا هستید؟

## رمز و رازهای فرزندداری

شناخت خود و شناخت فرزندان یکی از اصلی‌ترین و مهم‌ترین نکاتی است که باعث می‌شود با آگاهی بهتری روند تربیت و رشد فرزند را پیش گرفت. اما این اتفاق چگونه رخ می‌دهد؟ از کجا بفهمیم روش مان درست است؟ خیلی از والدین نمی‌دانند کدام نشانه‌ها را در فرزندشان باید جدی بگیرند و به کدام نشانه‌ها باید بی‌توجه باشند. با دکتر مهرنسا شهابی، روان‌درمانگر درباره آن که چطور می‌توان فرزند خود، اخلاق و منش‌هایش را شناخت و برداشت از نشانه‌ها، پیگیری و حل آنها به چه صورت باشد گفت‌وگو کرده‌ایم.

این صفحه قرار است جایی باشد برای حرف زدن از چالش‌های تربیت فرزند و موقعیت‌هایی که والدین با آن روبه‌رو می‌شوند. از چالش‌های کوچکی مثل لجبازی کودک موقع غذا خوردن تا سؤال‌های بزرگ‌تری که در ذهن والدین می‌گذرد. در صفحه «مامان‌ها» قرار است هر هفته سرآغ یک موضوع مشخص برویم و با مشورت گرفتن از تیم برنامه تلویزیونی مامان‌ها در مسیر پیچ و خم فرزندپروری تابلوهای راهنمای کوچکی بگذاریم. برای این هفته رفته‌ایم سراغ یک سؤال مهم: «آیا راهی که در تربیت فرزند می‌رویم درست است؟»

آزاده باقری

روزنامه نگار

### فرزندانی که والدین می‌سازند

بسیاری از والدین به‌ویژه والدین تک‌فرزند تصور می‌کنند فرزندان خود را باید براساس آنچه در کتاب نوشته شده تربیت کنند. در نتیجه روی تمام نشانه‌هایی که از فرزندشان می‌بینند حساس هستند و نسبت به نشانه‌هایی که مغایر با خواسته آنهاست واکنش شدیدی نشان می‌دهند.

جواب این سؤال که «چرا در حال حاضر اکثر والدین می‌خواهند فرزندان نمونه‌ای داشته باشند؟» را باید در درون والدین پیدا کرد. با توجه به شرایط و فضای رقابتی که در آن زندگی می‌کنیم؛ والدین دوست دارند برای فرزندان خود امکانات ویژه فراهم کنند و انتظار دارند بچه‌ها در تمام کارها بهترین باشند. چون به نظر می‌رسد در زمانه‌ای قرار داریم که نیاز به قدرت و نیاز به دیده شدن بسیار بیشتر از هر زمان دیگری در حال جلوه‌گری است. در نتیجه

این طور نباشد؛ حالا برای جبران می‌خواهم این ضعف را روی فرزند خود جبران کنم.» به عقیده او والدین این حس و خلأ را تا جایی پیش می‌برند که دیگر فرزندشان را فراموش کرده و فقط به دنبال پر کردن آن خلأ برای خودشان هستند.

اما این تمام ماجرا نیست و این روان‌درمانگر به این موضوع نیز تاکید می‌کند برخی نشانه‌هایی که والدین در فرزندانشان می‌بینند و تصور می‌کنند با یک بحران مواجه شده‌اند باز هم به خودشان و درونیاتشان برمی‌گردد؛ «برخی والدین خودشان آدم‌های مضطربی هستند و برای هر اتفاق و هر رفتار فرزند، واکنش‌های شدید و نامناسب نشان می‌دهند. برای همین این پدر و مادر نمی‌توانند پاسخ‌های هم‌دانه مناسب به فرزند خود بدهند. در نتیجه باعث می‌شود مبالغه‌آمیز واکنش نشان دهند. در واقع این مادر و پدر به درونیات خود واکنش نشان می‌دهند و فرزند خود را درست درک نمی‌کنند.»

بیشتر از آن‌که به فرزند خود در این زمانه چگونه خود بودن و چگونه شاد بودن را بیاموزند به این‌که چطور دیده شوند توجه می‌کنند.

دکتر شهابی به این نکته تاکید دارد در شرایط رقابتی که در سبک زندگی‌ها و حتی تبلیغات به آن توجه زیاد می‌شود والدین هم در تلاش هستند در این رقابت کم نیاورند و همین رقابت ناسالم موجب می‌شود فرزندان همانی که می‌خواهند نباشند و آن چیزی باشند که والدین از آنها می‌سازند. اما ریشه و معلول این موضوع به چه علتی برمی‌گردد؟ خانم شهابی معتقد است این موضوع به ویژگی شخصیتی والدین و نحوه تعامل و رفتار والد با فرزند خود برمی‌گردد؛ «وقتی من به عنوان والدین نیازهایی همچون توجه، محبت و دوست داشته شدن را از خانواده‌ام نگرفته‌ام و به دلایل مختلف آن را احساس نکرده‌ام و به این نتیجه رسیده‌ام که نادیده گرفته شده‌ام و این دلایل می‌تواند در ذهن باشد و حتی در واقعیت